



Heti étlap 2020.02.03. - 2020.02.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	(00447) Iskolás gyermek XI.	Hideg tej, Croissant sajtos	Tejeskávé, Csirkesonka EF EF, Margarin, Szezámagos zsemle	Citromos tea, Párizsi baromfi, Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű	Forralt tej, Méz, Margarin, Félbarna kenyér	Gyümölcsstea, Magyaros vajkrém, Burgonyás kenyér, Paprika										
		Energia: 347,13 Kcal / 1 451,00 KJ	Energia: 440,80 Kcal / 1 842,54 KJ	Energia: 400,20 Kcal / 1 672,84 KJ	Energia: 416,47 Kcal / 1 740,84 KJ	Energia: 291,92 Kcal / 1 220,23 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9,05 g	5,60 g	3,04 g	18,67 g	20,97 g	5,70 g	11,09 g	20,62 g	5,42 g	12,58 g	17,60 g	5,49 g	7,41 g	12,33 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27,50 g	0,00 g	0,22 g	45,20 g	8,99 g	2,03 g	41,96 g	10,00 g	1,11 g	50,97 g	13,23 g	1,19 g	38,02 g	5,01 g	0,01 g		
Ebéd	(00447) Iskolás gyermek XI.	Tarhonyaleves zöldséges, Húsgombóc pulykahúsból, Főtt burgonya, Kapormártás, Túró rudi, Ásványvíz	Daragaluska leves, Vadas pulykatokány, Spagetti, Körte, Ásványvíz	Babgulyás sertéshúsos, Főtt tészta, Mákszórás, Alma, Ásványvíz, Félbarna kenyér	Gombaleves, Fokhagymás csirkesült, Főtt burgonya, Csíki saláta, Ásványvíz	Sütőtökrémleves, Zsemlekočka, Panírozott tőkehal, Párolt rizskörlet, Tartármártás, Ásványvíz										
		Energia: 650,23 Kcal / 2 717,96 KJ	Energia: 468,46 Kcal / 1 958,16 KJ	Energia: 840,97 Kcal / 3 515,25 KJ	Energia: 752,02 Kcal / 3 143,44 KJ	Energia: 778,29 Kcal / 3 253,25 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		26,66 g	18,36 g	6,74 g	13,26 g	7,78 g	2,78 g	30,81 g	23,18 g	6,13 g	60,75 g	21,30 g	3,70 g	22,58 g	26,60 g	4,18 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
86,82 g	18,71 g	4,37 g	91,34 g	3,00 g	3,76 g	125,47 g	20,70 g	2,99 g	76,24 g	4,71 g	6,47 g	109,85 g	3,35 g	2,95 g		





Heti étlap 2020.02.03. - 2020.02.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00447) Iskolás gyermek XI.	Főtt tojás, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika	Szárnyashúskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Gouda sajt, Margarin, Kukoricás kenyér, Rágórépa	Pritaminos túrókrém, Zsemle, teljes kiőrlésű	Gyümölcs joghurt, Teljes kiőrlésű kifli										
		Energia: 362,96 Kcal / 1 517,17 KJ	Energia: 241,25 Kcal / 1 008,43 KJ	Energia: 451,13 Kcal / 1 885,72 KJ	Energia: 186,87 Kcal / 781,12 KJ	Energia: 211,47 Kcal / 883,94 KJ										
		Fehérje 12,10 g	Zsír 19,55 g	T.Zsírsv 5,04 g	Fehérje 10,39 g	Zsír 5,38 g	T.Zsírsv 0,57 g	Fehérje 17,60 g	Zsír 25,94 g	T.Zsírsv 10,96 g	Fehérje 9,24 g	Zsír 2,38 g	T.Zsírsv 1,07 g	Fehérje 8,39 g	Zsír 5,50 g	T.Zsírsv 4,62 g
		Szénhidrát 34,22 g	Cukor 0,00 g	Só 1,00 g	Szénhidrát 37,59 g	Cukor 0,00 g	Só 1,30 g	Szénhidrát 36,15 g	Cukor 0,00 g	Só 2,53 g	Szénhidrát 31,90 g	Cukor 0,00 g	Só 0,65 g	Szénhidrát 31,65 g	Cukor 12,99 g	Só 0,99 g

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Vidák László
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk ”

